

1. **Subject:** Introduction to Recreation
2. **Type of course:** class contact
3. **Completion form:** credit with mark
4. **Winter semester**
5. **The number of classes:** 20 hours
6. **Syllabus:** Basic concepts of recreation. The history of leisure. Forms of recreation. The programming process and factors influencing program planning (age, gender, etc.). Leisure throughout the Life Cycle. Recreation leadership. Future trends in leisure and recreation. Recreational events.
7. **Efekty kształcenia:**
  - Knowledge:

Student understands the role of leisure and physical recreation in health promotion and prevention of lifestyle diseases. He/she has basic knowledge and knows selected concepts related to recreation. He/she knows and understands historical foundations of contemporary culture of leisure, tourism and recreation.
  - Skills:

Student has the ability to plan and realize services and events in tourism and recreation field.
  - Social competences:

Student is able to acquire and improve the skills on recreation field using credible and effective sources and methods. He/she cares about his/her fitness level required for education and vocational tasks.
8. **Determination of first degree qualification**
9. **Organizational Unit implementing an subject:** Department of Tourism and Recreation
10. **Lecturer:** dr Karolina Korbiel
11. **Conditions of realizing classes:** the separate group in English
12. **The proposed numbers of ECTS points:** 4 points

1. **Nazwa przedmiotu:** Podstawy Rekreacji
2. **Typ zajęć:** ćwiczenia
3. **Forma zaliczenia:** zaliczenie z oceną
4. **Semestr zimowy**
5. **Proponowana liczba godzin: 20**
6. **Sylabus:** Podstawowe pojęcia związane z rekreacją. Historia rekreacji. Formy rekreacji. Programowanie zajęć rekreacyjnych z uwzględnieniem czynników warunkujących ten proces (wiek, płeć i inne). Rekreacja w poszczególnych fazach cyklu życia. Sylwetka instruktora rekreacji. Przyszłe trendy w sposobie spędzania czasu wolnego i w rekreacji. Imprezy rekreacyjne.
7. **Efekty kształcenia:**

Wiedza:

Student rozumie rolę wypoczynku i rekreacji ruchowej w promocji zdrowia i profilaktyce chorób cywilizacyjnych. Ma podstawową wiedzę i zna terminologię z zakresu dziedzin związanych z rekreacją. Zna i rozumie podstawy historyczne ukształtowania współczesnej kultury czasu wolnego oraz zjawiska turystyki i rekreacji.

Umiejętności:

Student potrafi planować i realizować usługi imprezy w sferze turystyki i rekreacji.

Kwalifikacje:

Student jest zdolny do uzupełniania i doskonalenia kwalifikacji - potrafi samodzielnie zdobywać wiedzę i umiejętności w zakresie rekreacji z wykorzystaniem wiarygodnych i efektywnych źródeł i metod. Dbą o poziom sprawności fizycznej niezbędny do kształcenia się i wykonywania zadań zawodowych

8. **Kwalifikacje - studia I stopnia**
9. **Jednostka organizacyjna realizująca przedmiot:** Wydział Turystyki i Rekreacji
10. **Osoba prowadząca przedmiot:** dr Karolina Korbiel
11. **Warunki realizacji zajęć:** osobna grupa w j. angielskim
12. **Proponowana liczba punktów ECTS:** 5 punkty